

## Depressione: parliamone

Giornata mondiale della salute

**A**prile 2017: quest'anno l'Organizzazione Mondiale della Salute (OMS), nella sua giornata mondiale di ricorrenza sulla SALUTE, ha scelto come tema la DEPRESSIONE. Portare l'attenzione su questo argomento, non è stato sicuramente scontato né tanto meno facile.

Entrando in merito, ma solo marginalmente alla sua definizione, è considerato un quadro patologico in cui si evidenzia l'alterazione del tono dell'umore.

Può manifestarsi con tristezza profonda, pessimismo e mancanza di autostima. Non meno importante è anche l'espressione di senso di colpa e di inadeguatezza con la perdita di interesse e piacere nei riguardi di tutte le attività di interesse umano possibili, associate alla sensazione di stanchezza.

Secondo i dati OMS, i disturbi depressivi sono la prima causa, nel mondo, di DISABILITÀ. In ambito medico-psichiatrico, il termine si rife-

risce a varie condizioni patologiche, caratterizzate da sintomi più o meno gravi, per il cui sviluppo, potrebbero contribuire fattori di varia natura. Quelli maggiormente riconosciuti sono sia la condizione genetica, quello ormonale, come pure quello ambientale.

In Canton Ticino, molti pazienti, posso essere sottoposti a trattamenti in regime ambulatoriale, con terapie di sostegno psicologico-educativo e farmacologico.

In altri casi e situazioni, potrebbe risultare essere sufficiente l'approccio psicoterapico.

Occorre parlarne, come pure occorre parlarne in modo diverso.

Ma credo che il messaggio primario, dell'Organizzazione Mondiale della Salute, sia quello di rendere visibile la problematica, non ignorandola o delegandola come responsabilità a terzi, avvicinandola all'attenzione di molti, sia per poterla riconoscere, che per affrontarla con maggiore responsabilità civica.

di Rosanna Amoruso\*



**Lo stato di Depressione, diventa il veicolo attraverso il quale l'Anima reclama l'ascolto e richiede l'incontro con quella parte di ognuno che viene considerata "diversa"**

La Clinica Santa Croce di Orselina, ha sede in uno scenario e panorama naturale di indubbio splendore e bellezza.

Presso questa sede così di prestigio, si è svolta la serata sul tema depressione, rappresentandola attraverso uno strumento antico ma efficace, tanto da aver registrato una presenza ampia e diversificata della popolazione. Il teatro e la fiaba.

### Depressione: parliamone

Una scelta per farlo, utilizzando un modo sia diverso, ma straordinariamente vicino alla gente. Appunto attraverso il teatro.

In questa occasione di spettacolo, ho assistito sia con lo sguardo da infermiera che con quello di persona. Senza addentrarmi nella peculiarità descrittiva del linguaggio scientifico, mi desidero assicurare la trasmissione del messaggio che la modalità comunicativa porta in sé. Una chance enorme di essere diffusa con maggior facilità e spontaneità.

Soprattutto di essere compresa, di risultare un messaggio chiaro ed esplicativo. Teatro appunto.

La sala era gremita e già questo è stato di per sé un successo. Far pervenire a chiunque il messaggio che occorre riconoscere e non giudicare, pur essendo la problematica molto delicata e complessa. Ognuno di noi potrebbe vivere, nel corso della propria vita, esperienze difficili da mettere a nudo e rendere fragile il proprio animo, la propria esistenza.

La scelta dello strumento espressivo quale la recitazione, ha abbattuto barriere coscienti ed è stata capace di catalizzare l'attenzione ed incentivare la partecipazione del pubblico.

Chi ha rivestito il ruolo cardine come attrice, ha sfoderato padronanza e forza per tutta la durata della rappresentazione.

Conoscere e riconoscersi nei personaggi, poter vedere fuori da se stessi, sentimenti ed emozioni, ha favorito maggiormente sia la comprensione di questi, sia del contenuto inesplicito ma profondo che hanno.

Cito testualmente le parole della Dottoressa Bressan, Psicologa e Psicoterapeuta, dello staff della Clinica:

"Come direbbe Jung, l'Attore si presta ad essere ANIMA, attraverso il ponte che si crea tra il suo inconscio, riferito al personaggio che interpreta, ed il pubblico che accoglie tale contenuto".

Questo soprattutto perché lo stato di Depressione diventa il veicolo attraverso il quale l'Anima reclama l'ascolto e richiede l'incontro con quella parte di ognuno che viene considerata "diversa" e per questo largamente temuta.

Il tema narrato della fiaba "La Bella e la Bestia", è attualmente un remake diffuso nelle sale cinematografiche. Esatto!

### Una fiaba

Le parole di Marie Louise Von Franz esprimono in modo significativo la vera essenza di questo strumento narrativo.

"La fiaba parla di noi, racconta la storia che viene forgiata dalle nostre vite, narra degli universali ed eterni conflitti che ciascuno di noi affronta quotidianamente mentre evolve, giorno dopo giorno, per divenire se stesso e far parte dell'umanità".

Non viene comunque negato l'aspetto crudo, realistico e a volte negativo che esiste e con il quale ci si imbatte largamente.

La fiaba racchiude saggezza e svolge un ruolo educante, invitando anche a riflettere, mentre si è travolti dalla trasformazione che ogni giorno adempiamo di noi stessi, a ritmi, purtroppo frenetici, per come vuole la società di oggi.

Sempre citando la dottoressa Bressan: "le fiabe uniscono discipline, linguaggi e saperi, si comprendono attraverso la mente, il cuore e l'intelligenza, e ancora il sentimento, la fantasia e l'immaginazione".

Attuale è anche la tematica della diversità che la fiaba rappresentata porta in scena.

L'incontro con un altro "diverso" da ognuno di noi, mettendo in discussione il valore dell'ideale perfetto, della propria immagine.

Una fiaba ha un lieto fine.

A volte nella vita si viene rifiutati. Esprimere se stessi è l'obiettivo personale da raggiungere. Confrontarsi con l'altro diverso da noi, da sempre risulta spaventoso.

Narrare l'intera storia non avrebbe senso, quanto piuttosto rivolgere l'invito a ricercare la fiaba, ad intraprendere il lungo viaggio della sua propria lettura fino all'introspezione analitica dei suoi contenuti simbolici e realistici. Leggere e rileggere una fiaba invita a soffermarsi su quanto riusciamo a conoscere, a trasformare e ad osservare della nostra strada, della vita che percorriamo.

L'esperienza di questa serata mi lascia nell'intimo l'invito ad essere una osservatrice ma ad esserlo in modo rispettoso; mi sono sentita avvolta e coinvolta nel processo sia di risveglio istintivo che di confronto.

L'altro è spesso seduto vicino a me. Posso osservare il suo sguardo, se sollevo il mio sguardo verso di lui.

Manteniamo vivo l'interesse all'incontro, per rimanere connessi con se stessi, ogni volta che sarà auspicabile, educandoci, in fondo, a vivere con coscienza e cuore.